

Topo Suhartoyo. A 121308040. **Pengembangan Model Latihan Memukul *Forehand* dan *Backhand* Tennis Meja Berbasis Permainan untuk Anak Usia 9-11 Tahun (Studi Pengembangan pada Klub Tennis Meja di Kota Surakarta).** Tesis, Program Studi Ilmu Keolahragaan, Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret. Pembimbing (1) Prof. Dr. Sugiyanto, (2) Dr. Diffah Hanim, Dra.,M.Si.

ABSTRAK

Latar belakang model latihan teknik memukul *forehand* dan *backhand* tenis meja berbasis permainan didasari oleh kurang optimal dan variasi untuk tingkat pemula yang didominasi anak usia 9-11 tahun serta rendahnya tingkat penguasaan teknik memukul *forehand* dan *backhand* di Kota Surakarta. Tujuan penelitian ini adalah melaksanakan dan mengetahui kebutuhan dan mengembangkan produk awal, uji ahli dan uji lapangan, uji efektivitas produk model latihan memukul *forehand* dan *backhand* tenis meja berbasis permainan pada anak usia 9-11 tahun di Kota Surakarta.

Metode pengembangan *Research and Development* terbagi menjadi 3 prosedur penelitian yaitu : tahap 1 pendahuluan, tahap 2 uji coba produk dan tahap 3 uji efektivitas produk.

Hasil pendahuluan adalah analisis kebutuhan dengan menggunakan metode wawancara dan observasi latihan memukul *forehand* dan *backhand* tenis meja pada proses latihan rutin masih kurang optimal dan kurangnya variasi serta rendahnya tingkat penguasaan teknik memukul pada anak usia 9-11 tahun. Latihan memukul *forehand* dan *backhand* tenis meja sudah diberikan namun masih banyak anak khususnya usia 9-11 tahun masih kesulitan dalam penguasaan teknik memukul. Kajian teori terdiri dari permainan tenis meja, teori tentang teknik memukul *forehand* dan *backhand*, model latihan memukul *forehand* dan *backhand*, belajar gerak, pendekatan permainan, teori latihan, karakteristik usia 9 - 11 tahun.

Tahap uji coba produk melibatkan tiga ahli tenis meja dengan 52 butir pertanyaan dengan hasil 72,05% dan dapat diinterpretasikan bahwa rancangan produk dapat diuji cobakan pada tahap selanjutnya. Uji coba kelompok kecil menggunakan 4 anak, instrument angket dengan jumlah pertanyaan 30 butir, dengan hasil 78,34 %. Uji coba kelompok besar (8 anak) instrument angket pertanyaan 39 butir dengan hasil 76,53 %. Tahap uji efektivitas produk dengan membandingkan dua kelompok, kelompok contoh diberikan produk pengembangan dan kelompok kontrol menggunakan perlakuan secara konvensional. Menggunakan *pre test* dan *post test desain*, nilai tes awal kelompok contoh adalah *forehand* rata-rata 33,9 dan *backhand* 33,8 sedangkan kelompok kontrol untuk *forehand* 30 dan *backhand* 31. Nilai tes akhir pada kelompok contoh untuk *forehand* 55,7 dan *backhand* 55,2 sehingga untuk peningkatan untuk *forehand* 21,8 dan *backhand* 21,4. Tes akhir kelompok kontrol didapat hasil untuk *forehand* 50,2 dan *backhand* 53,2 sehingga untuk peningkatan *forehand* 20,2 dan *backhand* 22,2.

Kesimpulan model latihan berbasis permainan efektif untuk meningkatkan keterampilan memukul *forehand* dan *backhand* tenis meja pada anak usia 9-11 tahun. Sehingga produk latihan memukul *forehand* dan *backhand* tenis meja dapat digunakan dengan memperhatikan basis, karakteristik anak usia 9-11 tahun dan program latihan.

Kata kunci : Tennis Meja, *Forehand* dan *Backhand*, Permainan, Pengembangan, Latihan, Anak 9-11 Tahun.